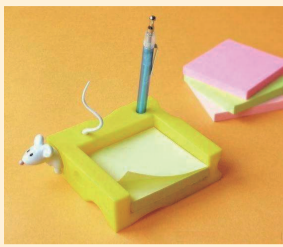


职场问答



问:单位申请了综合工时制度,在确保员工综合计算周期内的平均周、日工作时间与法定标准工作时间基本相符的情况下,每天的工作时间可以达到12小时吗?

答:根据规定:因工作性质或者生产特点的限制,不能实行每日工作8小时、每周工作40小时标准工时制度的,经劳动行政部门批准,可实行不定时工作制和综合计算工时工作制。实行不定时工作制和综合计算工时工作制的单位应做到:1.实行不定时工作制和综合计算工时工作制的单位应和工会或者劳动者协商确定合理的工作和休息办法。2.对于实行综合计算工时工作制的第三级以上(含第三级)体力劳动强度工作岗位,劳动者每日连续工作时间不得超过11小时,而且每周至少休息一天。三级以下的岗位,单位应和工会或者劳动者协商确定合理的加班时间和休息安排,且月度延长工作时间不超过36小时,季度不超过108小时。

职业指导

“双指导”精准化促进就业服务

案例背景:

“俞老师,我想找一份工作。我今年28岁,大学计算机专业,有计算机二级证书。毕业后有一年游戏公司研发策划的工作经历,后来因为自己想找更好的职业就离职了。但离职后没找到合适的工作,又因为疫情,一直到现在也没能就业。期望找游戏策划、游戏运营类的互联网岗位,麻烦你了。”

这是去年9月份通过电话排摸,了解到的失业青年小罗的情况。在诸多社区失无业人员中,类似小罗的情况不是个例,通常都表现为较强烈的求职意向,但对于自身的定位或自身的经历不够自信。

案例分析:

时逢疫情防控期间,“乐业空间”主要采取线上微信交流的形式进行沟通和辅导。小罗属于性格偏内向的人,形象较好但不善言辞。虽然他对自己新的求职方向有比较清晰的想法,但是在他的求职简历中却没有明确的表达,对自己技能和经验的描述也很简单笼统。

小罗的实际情况:一是有一定的技能和工作经验,但工作时间较短;二是近期有较长的职业空窗期,年龄已经28岁了;三是长期未就业,导致心态



比较消极。

案例指导:

“乐业空间”及时推荐小罗参加扬帆心驿站,开展一对一心理和职业的“双指导”精准化服务。

就业指导老师根据小罗自身性格及自身就业条件,结合

当前疫情期间的就业形势,引导小罗降低就业的心理预期,以积累从业经验和稳定就业两方面为重点;并帮助其拓展思维,从招聘方的角度来理解企业对员工的一般诉求,引导他在求职中既有长远的考虑,更有近期的务实考量,使自己能够有更高质量的就业定位和方向,树立积极求职的自信心。

在求职操作上,指导老师强调面试是一个双向选择的重要过程,从简历的制作、面试的形象等角度入手,对小罗现有的简历进行分析指导,提供电子简历制作方面的方法和技巧;建议小罗可以更多突出自己的求职意愿和相关技能背景,助力自己积极求职的良好

心态。指导老师还有意识地进行问答式交流,无形中提高了小罗的应变能力和语言表达能力。

通过扬帆心驿站的辅导后,“乐业空间”将适合小罗从业的岗位推荐给他。根据小罗的实际情况,“乐业空间”服务专员给他推荐了进口海运操作员、运营、文案策划等岗位。同时也鼓励小罗积极参加各类招聘会、面试交流会等活动。

“功夫不负有心人”,在街道开展的互联网、电子商务行业专场招聘会上,经“乐业空间”服务专员的介绍和推荐,小罗通过了上海某信息科技有限公司的面试,成功成为了该公司的一名驻场工程师,重新踏上自己的职业道路。

(杨浦职介)

职场解惑

当子女遇到职业困境该怎么办?

一家企业的运营部门新招聘了一位助理,小姑娘是个应届生,看着特别文静乖巧。结果一个月不到,小姑娘的老爸上门来找了三次,把运营部门的领导吓得够呛。有一天因为小姑娘工作业务不熟练,因此加班了一小时,第二天她爸就找来了,质问为什么这么多同事不加班就让他女儿加班?“这是区别对待”姑娘的爹斩钉截铁地说。

在传统教育的影响下,很多女孩子从小就是“乖乖女”,学习自觉,成绩优秀,即使是青春期,也没有丁点叛逆,在大家的眼中就是“别人家的孩子”。

然而,却有一些“乖乖女”在进入职场后出现了适应障碍。如果在这个过程中,父母选择放手,多支持多鼓励,很快女孩们会开始社会化转换,这个过程对于女孩们来说是短期的阵痛。但如果父母依然选择以自己过去的惯用套路,甚至替代女儿与领导、同事、男友较真,那这个短期的阵痛将会转变为时时发作的“慢性病”。

很多父母不服气:我这是帮她,给你说得我好像是在害她;我吃过的盐比她吃的饭还



多,我把经验传给她,我怎么会害她?

是的,父辈的人生经历很长,但你的人生经历是极其特殊的,少年是小农经济,青年是计划经济;工作分配、房屋分配、物资分配;中年才接触市场经济……许多人一份工作做到头,一辈子没有找过工作。

所以,你知道当今社会怎么去找工作吗?知道怎么去面试应聘吗?知道怎么通过职业规划谋求更好的职业发展吗?可能你有很多其他的经验,然而时代毕竟有局限性,你的特殊人生导致很多经验几乎无法套用到当代社会,但还在用自己理念里的“幸福”来定义孩子的“幸福”,用自己的观念来定义孩子的岗位和领导,甚至于子女的职业发展。

一个时代人的幸福未必就是另一个时代人想要的。很多父母不明白,他们的儿女必然要过和他们不一样的生活。父母每次替她出头的不合时宜,换来的是她少一次独自面对风险和矛盾的宝贵机会,结果是女儿的学习能力在成长,可是面对社会的能力却止步不前。生活在家庭的象牙塔,难以面对外来的压力,难以处理外部的问题。

当子女遇到职业困境该怎么办?选项一是给她支持和鼓励,让她成长;选项二是冲上前去替她出头。选择不同结果必然不同,选择一收获的是儿女的茁壮成长,成为家庭顶梁柱的子女;选择二收获的是自己年迈了仍然操不完的心。

所以是时候调适自己的观念了,别将焦虑情绪转移给儿女,放手让儿女学会自己走路。人都需要从实践中学习成长,没有一个人和一件事会一蹴而就,也不论是成功和失败,都将是职业生涯的宝贵财富。

(普陀就促 傅敏悦)

职场点拨

40岁后“被”失业该何去何从?

人到中年如果面临“被”失业的命运,该如何应对呢?

1.降低要求。根据原来的工作经验,降低要求应聘一份相同专业技能的岗位或闲职应该不难。当工作节奏慢下来后,会有更多精力放于家庭。这种情况下,薪资肯定是要打折扣的。

2.继续攀登。其实就业市场的偏爱和性别、年龄没有太大关系,主要还是看技能的稀缺程度。所谓年龄、性别门槛,都是在僧多粥少的时候设的。如果职场人掌握了“僧少粥多”的技能,企业招人都招不到,哪里还会顾及年龄性别?那么继续攀登事业完全可能。然而这种情况比较少。

3.另起炉灶。转型可以从两方面着手准备,一方面是通过过去积累的复合型知识技能,转型到相关工作领域中,但即使转型成功,也会在一个阶段影响到收入;另一方面如果转型失败,则会大大影响时间、精力和收入。

4.提前退休。如果社保缴满了,又满足提前退休政策条件,财务也自由了,一些职场人会提前享受退休状态。毕

竟人早晚都要退休,为什么不提前享受起来呢?提前退下来,做自己喜欢的事情。

5.创业再战。如果原来行业路走不通了,40岁后的职场人多少会有一些人脉,利用资源合伙一起创业,做成了另一番事业也是常见的事。当然这个年龄创业难度较大,家庭、年龄和精力都是桎梏。但如果积累有一定基础,也可从事灵活就业,现在灵活用工形式层出不穷,要赚钱总能找到方法。

无论是哪条路,最关键的是还是要保持心态的稳定。有的人被辞退后会想不通,怨天尤人,抱怨社会也埋怨自己。其实,开心是一天,难过也是一天,根据家庭、自身情况计划一下未来的人生,给自己订一张职业清单,可按照重要程度和可行性,从高到低去尝试完成。

不管咋说,只要生活过得下去,注重内心健康充实是最重要的。切勿因为失业影响了心情,继而从“职场中年危机”转变为“健康危机”,那就更得不偿失了。

(普陀就促 傅敏悦)

上海公共招聘信息

来自“上海公共招聘网”的推荐岗位

单位名称	岗位名称	招聘人数	年龄要求	文化程度
云智诺达信息科技有限公司	软件工程师	10	20-40岁	大专
上海智位机器人股份有限公司	硬件研发	6	22-30岁	本科
上海港机重工有限公司	机械设计	15	22-40岁	本科

注:1、以上所列的各推荐岗位,建议你登录上海市人社局网站(http://rsj.sh.gov.cn)的“上海公共招聘”特色专栏查询。2、此处刊登的招聘信息可能会有变动,请以上海公共招聘特色专栏即时发布的信息为准。如需进一步咨询欢迎拨打12333上海劳动保障热线。